

En vigtig bid af hverdagen

Måltider i et leve og bomiljø

En undersøgelse af beboerne i et leve- bomiljø viser at måltidernes organisering kan give tid og rum til en hjemlig atmosfære og til et levende fællesskab. Måltidet er en vigtig aktivitet i hverdagslivet.

I Danmark er der sket en ændring fra sygehjem til alderdomshjem, til plejehjem og til plejecentre(1). I 1998 blev institutioner for ældre ved lov ændret til lejligheder, hvilket i nogle kommuner resulterede i opførelsen af leve- og bomiljøer. De består af små bo-enheder i et plejecenter, hvor 6-8 ældre har hver sin lejlighed og derudover fælles køkken /spisestue, opholdsstue og vaske- og rengørings rum. Et lille antal fastansatte sørger for, at hverdagen i enheden fungerer.

I samarbejde med beboerne sørger de ansatte for pleje, rengøring, indkøb, oprydning osv., og de deltager desuden i spisningen. Intentionerne med bo-enhederne er så vidt muligt at involvere de

ældre i at tage beslutninger om og udføre aktiviteter.

I én kommune er det målet, at de små enheder skal give mere ro, større overskuelighed samt bedre og tættere kontakt mellem personale og beboere(2).

Måltidet som en del af hverdagen

Hverdagslivet er karakteriseret ved gentagelser og stabilitet, men det kan ændre sig gennem livsløbet(3). Måltiderne er en vigtig del af hverdags livet, som vi på forskellig vis deltager i gennem hele livet. Måltidet kan have forskellig betydning for os(4). For de svageste ældre er det måske også en af de få aktiviteter, der er tilbage til at udfylde og organisere hverdagen. Det kan være dagens højdepunkt såvel som dagens skuffelse(5).

Måltiderne kan ses i forskellige perspektiver. Man kan se på selve maden med dens ernæringsmæssige og symbolske funktion eller på spisningen som en kulturel og social begivenhed. Fokus i denne undersøgelse er måltidet og den række af aktiviteter, der strækker sig fra planlægning af, hvad de skal have at spise i morgen, til indkøb, tilberedning, borddækning, spisning og oprydning, og hvad disse aktiviteter betyder for livet i et leve- og bomiljø.

Evalueringen af bo-enhederne i et af disse plejecentre viser, at de fleste beboere, personalet og de pårørende synes, det er en god ide at involvere de ældre(2). De ældre i den undersøgte enhed har valgt at deltage i måltiderne og dets aktiviteter og må således formodes at være positive i forhold til ideen.

Men der mangler viden om, hvad det positive består i, hvorledes måltidet bidrager til dette, og hvordan de ældre selv oplever det. Derfor er denne undersøgelse udført mhp. at identificere og

fortolke betydningen af de aktiviteter, der er relateret til måltidet for beboerne i et leve -og bomiljø.

Metode

Undersøgelsesmateriale er indsamlet i et leve- og bomiljø i et plejecenter, der blev opført i 2001. Det meste af personalet og de fleste af beboerne blev i 2001 flyttet fra et traditionelt plejecenter til bo-enheden. Nogle af beboerne deltog i aktiviteterne omkring måltidet fx ved at hjælpe med at skrælle kartofler eller tage af bordet, og andre deltog i mindre grad og rakte fx mad til hinanden og deltog i samtaler om de forskellige aktiviteter, der er relateret til måltidet. Ud over at deltage i de daglige gøremål på plejecentret deltog beboerne i fysisk træning, udflugter og andre aktiviteter ud af huset. De deltog i enkeltstående sociale arrangementer sammen med de øvrige beboere på plejecentret og hørte radio eller så fjernsyn i deres egne lejligheder.

Beboerne i enheden bestod af to mænd og fem kvinder, der var mellem 75 og 100 år gamle og havde forskellige sygdomsrelaterede problemer. Fem ud af syv beboere deltog i måltidet.

Undersøgelsen bygger på deltagerobservationer samt dybdegående interviews med to ældre, der både var villige til at lade sig interviewe, og hvor interviewformen var mulig.

Observationerne blev brugt til at få kendskab til omgivelserne, stemningen og beboerne, til at finde informanter der kunne interviewes, til at finde ud af hvilke metoder det var hensigtsmæssigt at anvende, og for at få data ved at se, lytte og tage noter. Observationerne foregik under og mellem måltiderne på



FOTO: KAREN MARIE BUNDGAARD



tilfældige dage over en seks ugers periode mellem kl. 9 og kl. 19.

Feltnotaterne blev nedskrevet under og lige efter observationerne for at dokumentere indtryk og samtaler.

Interviewene var semistrukturerede og foregik i informanternes egne lejligheder. De to informanter blev interviewet 2-3 gange á 30-45 min. ud fra en interviewguide med temaer. I starten af bearbejdningsfasen blev de første interview og feltnotater analyseret, og enheder, der blev opfattet som identificerende betydning, blev kodet. Resultaterne blev brugt til at stimulere og forbedre indsamlings- og bearbejdningsprocessen, efterhånden som den skred frem. Det indsamlede materiale blev derefter analyseret, emner blev identificeret, og ord og sætninger blev nedskrevet som kategorier, der repræsenterede disse.

Måltidernes betydning

Undersøgelsen viser, at måltidet er med til at skabe en hjemlig atmosfære. Alma udtaler om køkkenet/spisestuen: *Dette er vores hjem, men på dét plejehjem, hvor jeg boede før, var det en gennemgang.*

Nogle af aspekterne af den hjemlige atmosfære består i det at være i, agere i og arrangere de fælles aktiviteter relateret til måltidet, og i det at have fælles dagligdags oplevelser at tale om og diskutere.

Sociale aspekter

Dét at organisere et måltid sammen muliggør et tæt fællesskab med en familiær tone og nærhed. Deltagerne i undersøgelsen kendte hinandens historie, nuværende situation og fremtidige gøremål efter at have tilbragt megen tid sammen omkring måltidet.

Samtalerne mellem beboerne indbyrdes og mellem beboerne og de ansatte indeholdt både venlige drillerier og lidt snerren af hinanden - ligesom i enhver

anden familie. De behandlede hinanden omsorgsfuldt og forstående. Én af de gange, vi skulle til at indkalde til frokost, sagde Lilli fx til personalet:

Det er vigtigt at lad Alma sove på grund af hendes dårlige øje.

De talte om sig selv som "vi", et udtryk der konsoliderer fællesskabet, mens beboerne i de andre enheder blev omtalt som "de".

Identitet

Måltidet har også betydning for identiteten. Måltidet giver mulighed for at udtrykke "jeg 'et" ved at træffe nogle valg og ved det at kunne vedligeholde sin identitet som fx husmor. Også det at være noget i andres øjne bliver betragtet som værdifuldt – både det at være den, der gerne gør andre en tjeneste, og det at have indflydelse på fællesskabet Alma sagde:

Jeg vil hellere have den varme mad til middag, men Karl vil helst have det om aftenen. Jeg må vist have en snak med ham.

Meningsfuld aktivitet

Den måde, måltiderne er organiseret på, fremmer deltagelsen i meningsfulde aktiviteter. Det er meningsfuldt for beboerne at have noget at bevæge sig efter. Karl sagde:

Det er fornemmelsen bagefter; efter at have været ude at købe ind. Jeg gør det for at holde mig selv i gang.

Deltagerne i undersøgelsen fremhævede, at aktiviteterne omkring måltidet gav dem noget at udfylde dagen med, og de skabte hyggelige situationer fx i forbindelse med kartoffelskrælningen. Det blev beskrevet som værdifuldt at føle, at man gør nytte og kan gøre noget for andre.

Betydning relateret til hverdagslivet

Resultaterne i undersøgelsen antyder, at måltiderne i bo-enheden ikke blot

Hvilke oplevelser, værdier og betydninger har måltidet for ældre i en bo-enhed i et af de nye plejecentre? Artiklen er skrevet på baggrund af en kvalitativ undersøgelse, hvor måltidet defineres som både forberedelser, spisning og oprydning. Undersøgelsen bygger på deltagerobservationer og interviews, og den viser, at måltidernes organisering kan give tid og rum til en hjemlig atmosfære, til et levende fællesskab, til det at være noget og at være sig selv og til at have værdifulde gøremål. Måltiderne er en vigtig bid af hverdagen. Måltiderne skaber hjemlige rammer og giver liv og indhold til hverdagslivet.

Karen Marie Bundgaard er ergoterapeut, M.Sc og underviser på ergoterapeutuddannelsen i Odense. Undersøgelsen er foretaget som af slutning på uddannelsen European Master of Science in Occupational Therapy.

Karen Marie Bundgaard
kmb@cvsu.dk

Aktiviteterne omkring måltidet gav deltagerne noget at udfylde dagen med, og de skabte hyggelige situationer fx i forbindelse med kartoffelskrælningen. Det at organisere et måltid sammen muliggør et tæt fællesskab med en familiær tone.



ses som én af hverdagens aktiviteter, men at den måde, de er organiseret på, udgør en stor del af hverdagslivet i enheden. Måltiderne var med til at skabe rammerne for hverdagen i enheden, og de gav liv og indhold til beboernes hverdag (se figur 1). Beboernes følelse af at være i et hjem, at have værdifulde gøremål og et levende fællesskab fremmes af tre temaer:

- 1 De fysiske rammer
- 2 Stedets filosofi mht. at inddrage de ældre
- 3 Personalets organisering, hvor kun få personer er involveret, og hvor personalet deltager i alle aktiviteter.

Disse tre temaer har mange paralleller til de intentioner, der er med leve- og bomiljøer, og de kan måske være med til at synliggøre, hvad de positive oplevelser består af.

Aktiviteters betydning

Undersøgelsen sætter fokus på måltidet med dets mange aktiviteter og på de forskellige og mangfoldige sociale, fysiske og personlige betyd-

ninger, aktiviteterne indeholder. Både morgenmad, frokost og aftensmad viste sig at være dominerende scenarier i hverdagslivet, og undersøgelsesresultaterne fremhæver værdien af at skabe rammer, så ældre har mulighed for at deltage i betydningsfulde aktiviteter og værdien af at beskæftige sig med aktiviteterets betydning for den enkelte.

Undersøgelsen understreger, at man ikke blot bør udforme en bolig med gode fysiske rammer, men et hjem, hvor der er samhørighed mellem beboerne og med stedet; et sted med overskuelighed, stabilitet og daglige rutiner, hvor de føler sig trygge. Et hjem, der ikke kun er en bolig, men også en følelse, en oplevelse og et forhold⁽⁶⁾.

Litteratur

- 1 Hjorth-Hansen, Jessy & Keld Anker Nielsen. Fra plejehjem til leve- og bomiljøer. Dafolo Forlag 2002.
- 2 ECO. Rapport fra evaluering af Rytterkasernen. Rytterkasernen og Rytterkasernens plejekoncept - personalets, beboernes og de pårørendes vurderinger. ECO Analyse AIS Rosenvænget 10B. 5250 Odense SV. 2001.
- 3 Ramian, Knud & Inger-Lise Dyrholm.

Hverdagsliv hos gamle. Rapport fra VEGA-projektet - et samarbejde om forskning på ældreområdet.

Dansk Gerontologisk Selskab 1997.

- 4 Bundgaard, Karen Marie & Boye T. Christensen. En bid af ældres hverdagsliv - en undersøgelse af måltidets aktiviteter, mønstre og betydninger. Ergoterapeut- og Fysioterapeutskolen, Odense 1999.

- 5 Elvbakken, Kari Tove. Mat, alderdom og eldreomsorg. Kommuneforlaget, Oslo 1993.

- 6 Dovey, Kimberly. "Home and homelessness." In Irwin Altman & Carol. M. Werner. Home environments, Human behaviour and Environment-advances in theory and research. Plenum press- New York and London 1985.



Måltiderne var med til at skabe rammerne for hverdagen i enheden, og de gav liv og indhold til beboernes hverdag.



Fig. 1. De identificerede betydninger relateret til hverdagslivet